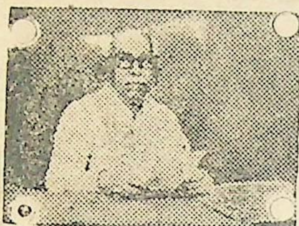
ஆண்குறியை கையினால் இயக்கும் முஷ்டிமைதுனத்தினால் ஆண்குறியின் நரம்புகள் தளர்ந்து ஷோச எழுச்சிக்கு காரணமான இரத்தத்தை அங்கேயே நிறுத்த சக்தியற்று, சுக்கில விருத்தியும் குறைந்து, போகத்தின் மேல் ஆசையும இல்லாமல் போய்விடும்.

—அமரர். டாக்டர். சிந்தனை



சித்த மருத்துவம்

கௌரவ ஆசிரியர்: டாக்டர். சி. அம்பிகாபதி

உதவி ஆசிரியர்: டாக்டர். சி. தங்கதுரை

மலர்: 11	1993 ஏப்ரல் 1,	இதழ் 12

நம்மராசா! — புவிராசா!

இன்றையத்தினம் "மேக ரோகம்" என்ற நோய் எல்லா நாடுகளிலும் பெருகி வருகிறது. நம் நாட்டில் அந்தக் காலத்திலேயே, நம் சித்தர்கள் இதற்கு ஒரு மகத்தான ஒரு மூலிகையை கண்டுபிடித்தார்கள்.

இந்த மூலிகையை "பூளம்" "புவிராசன்" என்று அழைக்கின்றனர். இந்த மூலிகையை "டும்ளா" "Dwmbla" என்று இந்தியிலும் தெலுங்கில் "கங்கராயா" "Gangaraya" என்றும், கன்னடத்தில் "கண்டரோலா" என்றும், ஆங்கிலத்தில் "Portia Tree" என்றும் அழைக்கப்படுகிறது.

இந்த மூலிகையின் இலை, காய், பூ, பட்டை, விதை, வேர் முதலிய பாகங்கள் எல்லாம் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இந்த மூலிகையின் பழுப்பான இலைகளை எடுத்து, வெய்யிலில் உலர்த்தி, கொளுத்தி சாம்பலாக்கித் தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்து, தோலின்மேல் தடவி வந்தால், அரிப்பு, ஊறல், மேகத் தழும்புகள் கரப்பான், சொறி, சிரங்கு முதலியன குணமாகும்.

இந்த அற்புத மூலிகைக்கு நம் நாட்டு மக்கள் பூவரசு என்ற பெயரிட்டு அழைக்கின்றனர். இதன் பூவை

அரைத்து சிரங்குகளின் மீது பூசிவர பூரண குணமாகும்.

இதன் பயனை உணர்ந்த ஒரு சித்தர்,

"நூருண்டு சென்றதொரு நூண் பூவரசம் வேர்
தூருண்ட குட்டைத் தொலைக்குங் காண் —வீறிப்
பழுத்த இலைவிதைப் பூபட்டையிவை கண்டாற்
புழுத்த புண்விரே சனமும் போம்"

என்று பாடுகின்றார்.

இந்த பூவரசு வேரானது குட்ட நோயைப் பூரண குணமாக்கும் என்றும், இதனுடைய பழுத்த இலை, பூ, விதை, பட்டை முதலியவைகள், புழுத்த புண், கரப்பான், நீர்ப்பிரமேகம் முதலியன குணமாகும் என்கின்றார்.

பரம்பரை சித்த மருத்துவர்கள் இந்த மூலிகையின் காயையும், பட்டையையும் எடுத்து எண்ணெயாகக் காய்ச்சி, உள்ளுக்கு கொடுத்து சரும வியாதிகளை குணமாக்குகின்றனர்.

இந்த பூவரசு பட்டையை சிறு துண்டுகளாக வெட்டி, இதில் 210 கிராம் எடுத்து, இதனுடன் ஒருபடி தண்ணீர்விட்டு காய்ச்சி, இதிலே மூன்றில் ஒரு பாகமாக வற்றியபின் எடுத்து, ஒரு வேளைக்கு அறுபது மில்லி வீதம் மூன்றுநாட்கள் கொடுக்க மகோதரம், காணாக்கடி முதலியன குணமாகும்.

உடலில் நோய்களுக்குக் காரணமாக நுண் கிருமிகள், புழுக்கள், பூச்சிகள் உடலை அழிக்கும்போது அவைகளைத் தீரத்துடன் எதிர்த்து போராடக் கூடிய சக்தி இந்த "பூவரசு", மூலிகைக்கு உள்ளது. இதிலே 'காய்ப்பூவரசன்" என்றும்,

ஐந்தெண்ணெய்

வேப்பெண்ணெய்

ஆமணக்கெண்ணெய்

எள்எண்ணெய்

புங்கஎண்ணெய்

இலுப்பை எண்ணெய்

ஆகியஇவைகள் சேர்ந்த,ஒரு கூட்டிற்கு ஐந்தெண்ணெய் என்று பெயர்

சிறுபாம்பு கடிக்கு

கிராமங்களில் இந்த கடியானது. மிகவும் அதிகம் காணப்படும் குப்பைமேனி இலையில் தயாரித்த எண்ணெயை தடிப்பு ஏற்பட்ட இடங்களில் தடவ வேண்டும். சிறுகுரிஞ்சான் வேரை வெந்நீரில் அரைத்து மூன்று நாட்கள் காலை - மாலை உட்கொள்ளச் செய்ய பூரண குணமாகும்.

"சாதாபூவரசன்" என்றும் இரண்டு வகைகள் உள்ளது. இதில் " காய்பூவரசன் "தான் மருந்துக்கு அதிகமாகப் பயன்படுகின்றது.

பூவரசு மரத்தின் பட்டை, காய்களைக்கொண்டு, தயாரிக்கப்படும் மருந்துகள் எப்போதும் உடலைப்பரிசுத்தப்படுத்தி மேக வியாதியை அறவே அழிக்கும் தன்மையுடையதாகி. உடலைத் தங்கமேனியாக ஆக்கும் தன்மையுடையது.

உடலுக்கு நல்ல அழகுத்தருவதுடன், நல்ல ஆயுளையும் கொடுக்கும். நுரையீரல், கல்லீரல், மண்ணீரல், இருதயம், சிறுநீரகம் முதலியவைகளை நல்ல முறையில் செயல்படவைக்கும்

ஒரு காலத்தில் "பூவரசஎண்ணெய" எங்களது பரம்பரையினர் அதிக அளவில் உபயோகப்படுத்தினர். அதைப்பற்றிய சிறு குறிப்புக்களை கீழே தருகின்றோம்.

நூறு வருடம் வளர்ந்த பூவரசு மாத்தின் பட்டை 1700 கிராம் நூறு வருடம் வளர்ந்த வேப்ப மரத்தின் பட்டை 1700 கிராம், முதலிய இரண்டையும் எடுத்து, மைய இடித்து ஒரு மண்பானையில் போட்டு 8 படி நீர் விட்டு 24 மணிநேரம் ஊற வைக்கவும். மேற்கண்ட நீரை அடுப்பில் ஏற்றி, ஒருபடியாகச் சுண்ட வைத்து, இதனுடன் சிற்றாமணுக்கு எண்ணெய், வெள்ளை வெங்காயச் சாறு, பூவரசங்காய் சாறு, முள்ளங்கிச் சாறு, வில்வ இலைச்சாறு முதலியவைகளை ஒவ்வொரு வகைக்கும் 200 மில்லி எடுத்து சேர்க்கவும்.

இதனுடன் சென்னழிஞ்சப் பட்டை 35 கிராம், கடுக்காய்த்

தோல் 350 கிராம் இரண்டையும் அரைத்து சேர்த்துக்கொள்ளவும். இவற்றை மீண்டும் "ஆவாரம்" மரத்தின் விறகால், மெழுகு பதம் வரும் வரைக் காய்ச்சி, வடிகட்டி, தானிய புடத்தில் (நெல்லுக்குள் வைப்பது), 20 நாட்கள் வைத்து எடுத்து உபயோகிக்கவும்.

தினமும் காலையில் 20 கிராம் வீதம் முதலில் ஏழு நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும் இதைப் போல் மூன்று முறைகள் சாப்பிட வேண்டும். இதன் மூலமாக வெண்குட்டம். மேகரிணங்கள் மூதலியன குணமாகும்.

இதன் அருமை பெருமையினை உணராத நம் மக்கள், பல நூற்றாண்டுகள் வளர்ந்த இந்த மரத்தினை வீட்டின் உத்திரங்களாக பயன்படுத்துகின்றனர். இப்படி "மனித உதிரத்தை சுத்தப்படுத்தியும், "வீட்டின் உத்திரங்களாகவும், பயன்படும் இந்த மரத்தை "புவிராசா" என்று புகழ்வதில் தவறில்லை. இந்த நம்ம ராசா! — புவிராசாவை!! எல்லோரும் உபயோகப்படுத்தி பயன் பெறுவோம்.

-கௌரவ ஆசிரியர்

இதய தடுப்புச் சுவர் ஓட்டைக்கு மூலிகை முரசு

டாக்டர். தேவூர் மணிவாசகன்

நோய் வந்தபின் போக்கும் ஆய்வுகளும் அவசியம். நோய் வருமுன் காக்கும் ஆய்வுகள் அவசியம். மூலிகைகளை பயன்படுத்த என்று மறந்தோமோ, அன்று முதலே அதிக அளவில் நோய்கள் தோன்ற ஆரம்பித்துவிட்டன.

நெருங்கிய உறவில் திருமணம், கருச்சிதைவு மாத்திரைகளை உட்கொண்ட தாய்மார்களுக்கு பிறக்கும் குழந்தைகள், இதய பலஹீனமுள்ள பெற்றோர்கள் போன்ற பல்வேறு காரணங்களினால் இதயத் தடுப்புச் சுவரில் ஓட்டை குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுகிறது.

உதடு விரல் நகங்கள் நிலநிறமாக இருத்தல், வேலை செய்ய முடியாமை, சிலருக்கு அடிக்கடி சுரம், மற்றும் இதயமின் அலைப் படம் (E.C.G.) ஸ்கேனிங் ஆகியவற்றால் நோயை உறுதி செய்யலாம்.

திருமணமான பெண்கள் தினசரி ஐந்து செம்பருத்தைப் பூவிலுள்ள இதழ்களை மென்று சாப்பிடவும் அல்லது தோசை மாவு அரைக்கும்போது 5 செம்பருத்தை பூ சேர்த்து தோசை சுட்டு சாட்பிடவும். அல்லது மேற்படி பூவின் இதழ்களை 25 போட்டு வெந்நீர் ஊற்றி மூடிவைத்து, ஒரு மணி நேரம், சென்றதும் வடிகட்டி காய்ச்சிய பாலில் கலந்து, தேன் சேர்த்து சாப்பிடவும். மேற்கண்டுள்ளபடி ஏதாவது ஒன்றை திருமதிகள் சாப்பிட, பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கு இதயத் தடுப்புச் சுவர் ஓட்டை ஏற்படாது.

இதய தடுப்புச் சுவரில் ஓட்டை உள்ளவர்கள். மேற்

அகத்தியர் கண்ட

குளிர் சுரக் கிஷாயம்!
இப்பினார் தன் மேலானை
யிடுபுடோல் முத்தக் காசு
பப்படாம் சீந்தில் சுக்கு
பையவே நையக் காய்ச்சும்
அப்பினார் தேனி னாரோ
டளாயினா ரென்னக் கேட்டு
வெப்பினார் குளிரி னாரை
வினவினார் விடை கொண்டாரே!

பொருள்: சுடுகாட்டை இட்மாய்க்கொண்ட பேய்புடல், கோரைக்கிழங்கு, பற்படாகம், சீந்தில், சுக்கு, நைய இடித்து, எட்டிலொன்றாய்க் காய்ச்சிய கிஷாயத்தை அதிக உஷ்ணம் கொண்டவர்கட்கும், குளிர் சுரம் உள்ளவர்கட்கும் கொடுக்க முழுவதும் குணமாகும் என்கின்றார்.

கண்டுள்ள முறைகளோடு துளசி இதழ்கள் 3 சேர்த்துக் கொள்ளவும். மேலும் மருதம் பட்டைச் சாறுடன் தேன் கலந்து சிறப்புமிகு சிற்சபை பார்மசியின் "மருதம் மணப்பாகு" சாப்பிடவும். இதய அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்டவர்களும் சாப்பிடவும்.

இயற்கை மருத்துவ மனைகளில் பழச்சாறுகளை மட்டுமே இரண்டு மாதங்கள் கொடுத்து இந்நோயை குணப்படுத்துகிறார்கள்.

மலச்சிக்கல் இருப்பின் தினசரி இயற்கை எனிமா எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

பார்லியுடன் செம்பருத்தம் பூ 3, துளசி இதழ் 3, வெண்தாமரைப் பூ இதழ்கள் 5சேர்த்து கஞ்சி வைத்து வடிகட்டி தேன் கலந்து சாப்பிடவும். திராட்சை ஆரஞ்சு, சாத்துக்குடி பழச்சாறு-கள் சீமை அத்திப்பழம், பேரீச்சம்பழம் தினசரி உணவாகும்.

வீட்டுக்கு ஒரு செம்பருத்தை செடி வளர்ப்போம். இதயத்தை வலுப்படுத்துவோம்.

மணத்தக்காளி

சித்தமருத்துவர்

டாக்டர். எஸ். கிருஷ்ணமூர்த்தி. தாராபுரம்.

இந்திய முறை மருத்துவங்கள் அனைத்து அறிவியல் அடிப்படையிலே அமைந்து உள்ளன. வாயுவைப் பெருக்கக் கூடிய பொருட்கள் வாத நோயை மிகுதிப் படுத்தும் என்பது மேல் நாட்டு அறிவியலுக்கு எட்டாததும், அதன் உதவி கொண்டு விளக்கமுடியாததுமாய் இருப்பினும், நடைமுறையில் உண்மையை உணர முடிகிறது. பித்தத்தால் சூடு ஏற்படும் என்றுணர்ந்து குளிர்ச்சியான குணமுடைய பொருட்களைக் கொடுத்து சூடு குறைக்கப்படுகிறது. கபம் அழிவதற்கு காரணமாக அமைகின்றது. இயற்கையாய் இறக்கும் மனிதன் ஒவ்வொருவரும் கபம் கட்டி இறப்பதைக் காணலாம். இவ்வாறு உண்மையான அறிவியலின் அடிப்படையில் அமைந்ததுவே சித்த மருததுவம் ஆகும்.

சித்த மருத்துவ முறையில் மருந்தென்பது தனியானதொன்றல்ல, நமது அன்றாட உணவோடும் கலந்த ஒன்றாகும். எனவே நமது சித்த மருத்துவமுறைசமையற்கட்டில் துவங்குகின்றது. "உணவே மருந்தாகவும், மருந்தே உணவாகவும் இருக்கிறது உதாரணமாக பருப்பு போன்ற வாயுவை பெருக்கும் உணவுகள் சமைக்கும்போது பெருங்காயம் சேர்ப்பது, வாளை மீன் சறிக்கு பூண்டு கூட்டுவது, இறைச்சிப் பொருட்களுக்கு கவிச்சி நீக்கப் பெருஞ்சீரகம் சேர்ப்பது, நிலக் கடலை உண்ட பின் சர்க்கரை திண்பது, முட்டைக்கு மிளகு தூள் சேர்ப்பது, கருணைக் கிழங்கிற்கு புளி சேர்ப்பது போன்ற பலவும் அறிவியல் அடிப்படையில் அமைந்த உணவு முறைகளே ஆகும்

விரதம் என்ற பெயரில் பட்டினி இருந்து சீரண உறுப்புகட்கு ஓய்வு கொடுத்தபின் விரதம் முடிக்க அகத்திக்கீரை உண்பது விரதத்தால் ஏற்பட்ட பித்தத்தை தணிக்கவே ஆகும்

அனலாசூரனை விழுங்கிய விநாயகர் அருகம்புல்கொண்டு அர்ச்சனை செய்தார் என்பது அருகு அனலைத் தணிக்கும் என்ற உண்மையைக் காட்டவே.

சிவபக்தி மிகுந்த தாசி ஒருத்தி சிவனிடம் என்பாதம் உங்கள் சிரசில் இருக்கவேண்டும் என்று வாய்தவறி வரம் கேட்டாள், சிவபெருமானும் அவளைத் தும்பை செடியாக்கி அதன் பூவை தன் தலையில் அணிந்தார். அழிக்கும் தொழிலுடைய கபம் தும்பைப் பூவிற்கு அடிமை என்று காட்டவே! இதுபோன்ற செய்திகள் ஏராளம் உள்ளன. சித்த மருத்துவத்தில் சில எளிய முறைகளை

காட்டுக்கரணை!

இதுதென்னிந்தியாவில் பயிராகும் ஒரு செடியாகும். இது காடுகளிலும், மலைகளிலும் பயிராகுவதால், இதற்கு இந்த பெயர் ஏற்பட்டது. இது வாதம் பிரமேகம், முளைமூலம் முதலிய வியாதிகளைக் குணமாக்கும்.

சேக்குவிதை!

இதைச் சீமைச் சோம்பு அழைப்பர். இது இந்தியாவிலும், இங்கிலாந்து, ஜெர்மன், போன்ற இடங்களில் பயிராகின்றது, மருந்துகள் வாசனை பெறுவதற்கும், வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுவலி முதலியவற்றிற்கு உபயோகிக்கலாம்.

அனைவரும் ஓரளவு தெரிந்திருந்தால் நலமென்ற நோக்கில் இன்று மணத்தகாளி என்ற மூலிகையைப் பற்றிக் காண்போம்.

இதன் பெயர்கள்

மணத்தக்காளி, மிளகுத்தக் தக்காளி, உலகமாதா, விடைக் கந்தம், வாயசம், காகமாசி என்றும், ஆங்கிலத்தில் சோலனம்(Solanu Nigrum) சோலனம் ருப்ரம் (Solanum Rubrum) என்றும், தெலுங்கில் (Kamanchi-chettu) காமாட்சி செட்டு என்றும் மலையாளத்தில்

(Manithakkalai) மணத்தக்காளி என்றும், கன்னடத்தில் Kakamunchi) காசமுள்சி என்றும், இந்தியில் (Moka) மாஹி என்றும் அழைக்கப்படும்.

இதில் சிகப்பு, கருப்பு என இரண்டு இனங்களுண்டு. இரு செடிகளும் இந்தியாவில் கிடைக்கக் கூடியன. குணத்தில் இவ்விரண்டுக்கும் பெரிதும் வேற்றுமை இல்லை.

மணத்தக்காளியின் கீரை ஏறத்தாழ தூதுவளை இலை போல, ஆனால் முள் இல்லாமல் சற்று நீண்டு இருக்கும். காய்கள் மிளகு அளவு பச்சை நிறமாகியும், பழுத்தால் நீல நிறக்கருமை கலந்து காணும்.

✵✵✵✵✵✵✵✵✵✵✵✵

தெற்கத்திகனை!

இந்த நோய் சளியோடும், சுரத்தோடும் ஏற்படும். இது அமாவாசை, பௌர்ணமி நாட்களில் ஏற்படும் சுர நோயாகும்.

✵✵✵✵✵✵✵✵✵✵✵✵

மணத்தக்காளி இலையை நமது நாட்டில் பொதுவாக துவரம் பருப்புடன் சேர்த்து சமையல் செய்து உபயோகிப்பது வழக்கம் இதனால் உடல் குளிர்ச்சியாகும். உடல் தளதளப்பும், வசீகரமும் உண்டாக்கி உடல் சூடு தணியும். எரிச்சல் அழற்சி யாவும் தணியும் உஷ்ண நோய்களையும் வாய் வேக்காடு, குடல் வேக்காடு, மலச்சிக்கல், கபம் ஆகியவைகளை நீக்கி ஆரோக்கியத்தை அளிக்கும். பாம்பு தேள் மற்றும் சில விஷக்கடிக்குப்பின் இந்த மணத்தக்காளிக் கீரையை நாள்தோறும் ஒரு வாரம் வரை உண்டுவர விஷங்களினால் ஏற்பட்ட கோளாறு -கள் யாவும் உடலை விட்டு நீங்கும்.

சில பிராந்தியங்களில், கோவை, பெங்களூர், மதுரை மாவட்டங்களில் "சுக்கட்டி கீரை" என்று அழைப்பார்கள்.

பயன்படும் உறுப்புகள்:
இலை, காய்

சுவை — இனிப்பு
தன்மை — தட்பம்
பிரிவு — இனிப்பு

செய்கை — உடற் தேற்றி சிறுநீர்ப் பெருக்கி, வியர்வைப் பெருக்கி, கோழையகற்றி	**குணம்** கபத்தால் உண்டாகும் நோய்கள், நாப்புண் வேக்காடு நீங்கும். வற்றல் நோயாளிகளுக்கு மிகவும் நல்லது.

"நாய்க்கு கபந்நீருங் காரிகையே — அவ்விலைக்கு
வாய்க்கிரந்தி வேக்காடு மாறுங் காண் — தீக்குள்
உணக்கிடு வற்றல் உறுபிணியோர்க் காகும்
மணத்தக்காளிக் குள்ள வாறு.

இதன் பொருள்:

மணத்தக்காளியைக் கறியாயேனும், வேறு விதங்களாயேனும் உண்டுவரின் மார்பில் கோழை சேர்தல், இருதமல் இளைப்பு (க்ஷயம்) முதலியன விலகும் என்பதாகும்.

மணத்தக்காளியினது காய், கனி, இலை, வேர், இவற்றை குடிநீரில் உட்கொள்ள, நீண்ட வாழ்நாளும், நோயற்ற உடலுடனும் இருக்கச் செய்யும்.

மணத்தக்காளி

"மல மிளகுத் தானே மகாகபமும் போகும்
பல மிகுந்த வாதம் போம் பார்க்குண் — மலை போற்
பளைத்து பூரித்த முலைப் பாவாய் கேள்! நல்ல
மணத்தக்காளிக் காயை வாழ்த்து

வற்றல்

"நீர் பேதியாகும் நிலைவ மனம் போய் வாயிற்
கூர்ப்ப விலைப்பு மறுங் கூறுவதோ - பார்கினினும்
மிக்கான நோயோர் விரும்புகின்ற நல்ல மணத்
தக்காளி வத்தலுக்குத் தான் "

நீர் பாண்டு, மகோதரம், உள்ரணம், தேகசூடு சொட்டு மூத்திரம், எரிச்சல், ஆகியவைகளுக்கு மணத்தக்காளி இலையை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றை 20 மி. லி விதம் தினமும் குடிக்க நோயெல்லாம் சூரியனைக் கண்ட பனிபோல விலகிவிடும்.

பக்குவமுறை

மணத்தக்காளி வற்றலை தேவையான அளவு வாங்கி அதனைப் புளித்தமோர் விட்டு சிறிது உப்பிட்டு ஊற வைத்து வெய்யிலில் உலர்த்திப் பத்திரப் படுத்திக் கொள்ளவும். இதனை நல்லெண்ணை அல்லது நெய் கொண்டு பெரியோர் வரை உபயோகிக்கலாம் சதா நோயுடன் போராடி உடல் இளைத்துக் காணப்பவர்களும், நோஞ்சான் உடல் உடையவர்களும் மலச்சிக்கல், வயிற்றில் பூச்சி உள்ளவர்களுக்கு மணத்தக்காளி வற்றல் மிகச் சிறந்ததாகும். பசியே இல்லாது வாந்தி, குமட்டல், மந்தம், அரோசகம், ஆஸ்துமா மற்றும் நீரிழிவு நோயாளிகள் உபயோகிக்க நன்மை பயக்கும்.

சுவாசம், காசம் இவைகளுக்கு மணத்தக்காளித் தைலம் :- (காக மாசித் தைலம்) சிகப்பு மணத்தக்காளி இலைச்சாறு: நல்லெண்ணெய் இவை இரண்டும் வகைக்கு ஒரு லிட்டர், மிளகு, சுக்கு, திப்பிலி வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து பொடி செய்து அனைத்தும் ஒன்றாகக் கலந்து தைல பதமாய்க் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொண்டு

****

வறட்டு இருமலுக்கு!

துத்தி விதையை எடுத்து, பாலில் ஊறவைத்து, காலை, மாலை இரண்டு வேளை வீதம் மூன்று நாட்கள் சாப்பிட பூரண குணமாகும்.

****

இதில் வேலைக்கு 1 - 2 தேக்கரண்டி வீதம் தினமும் இரு வேளை உட்கொள்ள சுவாச காசம், காசம், முதலியான குணமாகும்.

பறவை தோஷம் நீக்க மருந்து

பறவைதோஷம் கண்ட குழந்தைளுக்கு சுரம் அடிக்கடி ஏற்படும். மலம் தண்ணீர்போல கழியும், சில சமயம் மாவு போலவும், பச்சையாயும் கழியும் வாந்தி உண்டாகும். முகம் வாடி கழுத்து மெலியும். குழந்தை அலறி அழும். நா வரண்டு விடும். சுவாசம் விடும், போது

நெஞ்சில் குழி விழும். இசிவு உண்டாகும். முகம் மஞ்சளாகத் தோன்றும் உடல் பச்சிலை நாற்ற மடிக்கும். குழந்தை நடக்க ஆரம்பிக்கும் போதுதான் இந்த வியாதி ஏற்படும் இது பட்சி தோஷம் எனப்படும்.

இதற்கு மருந்து

மணத்தக்காளி வேர்	—15 கி
பிச்சி வேர்	—15 கி
வெங்காயம்	—15 கி
சிற்றாமணக்கெண்ணெய்	— ¼ லி

மூலிகைகளைப் பொடி செய்து எண்ணெய் இட்டுக் காய்ச்சி வடித்து, ஒரு சிறிய கரண்டி அளவு உள்ளுக்கும் கொடுத்து தலை உச்சியிலும் தடவி வர குணமாகும்.

திருஷ்டி தோஷம்

சிலர் குழந்தைகளை ஆவலோடு எடுத்து அணைத்து "இந்தக் குழந்தை எவ்வளவு அழகு" என்று வியப்புற்று நோக்குவதால் உண்டாவதே திருஷ்டி தோஷம். இது "கண்ணெறிதல்" என்று கூறப்படும் ஆங்கிலேயர் கூட 'விக்கட்-ஐ' என்று கூறுவார்கள். இதனால் குழந்தை சதா அழும்.

இதற்கு மருந்து:-

மணத்தக்காளிச் சாறு	1/8 அ
துளசிச் சாறு	1/8 அ
நுறைப் பால்	¼ அ

இவைகளை கலந்து இரண்டு நாள் 3 வேளைக்கு கொடுக்க குணமாகும்

கணைநோய்

குழந்தைகளைத் தொடரும் அதிக உஷ்ண சம்பந்தமான நோய்களில் கணையும் ஒன்று. கணை

மருத்துவப் பழமொழிகள்

- கை, கால் வீக்கத்திற்கு உத்தாமணிப்பால்!
- பித்தத்தைக் குறைக்கச் சிரகம்!
- அரணைக் கடியை ஆற்றும் சிறுகுறிஞ்சான்

இடுப்பு வாதத்திற்கு மாவிலங்கைப் பற்று!

- இளநீர் குடித்தால் நீர்க் கடுப்பு நீங்கும்
- குச்சி எடுத்த பிள்ளைக் குருடு
- கோழையை இளக்கும் குப்பைமேளிச் சாறு
- சுண்ணாம்புச் சத்துக்கு முருங்கைக்கீரை
- பாம்புக் கடிக்கு, வாழைப் பட்டைச் சாறு
- விஷத்தைக் குடித்தவன் மிளகு நீரை சாப்பிட வேண்டும்!
- வேதனைத் தரும் இருதய நோய்க்கு வெந்தயக்கீரை!

தொகுத்தவர்:
பழனிசாமி, M.COM.,M.Ed.,

நோய் கண்ட குழந்தை புறங் கையை முகத்தில் தேய்த்துக் கொண்டு அழ ஆரம்பிக்கும் சுரம், தொண்டை, கம்மல், புகைச்சல், வறட்சி இருமல், முகம் கண கணப்பாக சுவாச கஷ்டம் இருக்கும். அதிக சிரமத்தின் பேரில் இருமல் ஏற்பட்டு கொஞ்சம் சளி வெளியாகும். முகம் வெளுத்து உதடுகள் நீல நிறமாக மாறி விடும். முக்கியமாக குளிர் காலத்தில் இந்த நோய் காணும் இது 3 முதல் 7 வயது வரை வரும். கணை உள்ள போது காணும் இருமலுக்கு, பின் வரும் கியாழம் நல்ல குணம் தரும்.

மணத்தக்காளியிலை	—50 கி
ஏலம்	—10 கி
வெந்தயம்	—10 கி
வெங்காயம்	—15 கி

இவைகளை ஒன்று சேர்த்து ஒரு மண் சட்டியில் இட்டு சிவக்க வறுத்து அதில் ஒரு லிட்டர் நீர் விட்டு 1/8 லிட்டராகக் சுண்டக் காய்ச்சிய கியாழத்தில் நாள் ஒன்றுக்கு 3 வேளை ஒரு அவுன்ஸ் வீதம் கொடுக்க குணமாகும்.

நாய்முள் தோஷம் நீங்க மருந்து

மணத்தக்காளி யிலை ஒரு ரூபா எடை, சங்கன் கொழுந்து

ஒரு ரூபாயெடை, நெருஞ்சில் காய் ஒரு ரூபாய் எடை, மிளகு ரூபாயெடை, வெங்காயம் ரூபாயெடை, மஞ்சள் ரூபாயெடை இவைகளை உரலில் போட்டு இடித்து சாறு எடுத்து சங்களவு காலை மாலை கொடுத்து வந்தால் நாய் முள் தோஷம் குணமாகும்.

"அதிக ருசியான அரிய மணத்தக்காளிப் புதிய பசுங் கீரையைப் புசிப்பீரேல் பறந் திடும் நோயெல்லாம்" எனக் கூறி விடை பெறுகிறேன்.

பசுமை நிறமான இதன் காய்களை சமைத்து உண்ண இளகிய மலத்தை உடைத்துத் தள்ளி நீராக பேதியாகும். மார்பில் கபத்தை அறுத்துத் தள்ளி வாதரோகம் போக்கும்.

மணத்தக்காளியின் எடைக்கு பத்து பங்கு சலம் விட்டு $\frac{1}{4}$ மணி நேரம் எரித்து வடிகட்டி வேளைக்கு 1 – 2 அவுன்ஸ் அளவு கொடுக்க இருமல், காயம், மலச்சிக்கல் வாதக் கோளாறுகள் தீரும். மணத்தக் காளிக் காயை நெய் விட்டு வதக்கிப் புளி காரம் இட்ட குழம்பில் சேர்த்து தாளித்து உண்பதால் வெட்டைச் சூடு நீங்கும்.

பொன்னுக்கு வீங்கும் மர்ம வியாதி

பொன்னுக்கு வீங்கி என்றும்புட்டாலம்மை என்றும், தாளம்மை என்றும், நம் நாட்டில் அழைக்கப்படும் இந்த சுரப்பி நோய் பெராடிட் என்ற கிரந்தி கழுத்தின் இருபுறத்தில் இருப்பது. இது அழற்சி அடைவதால் புடைத்தும், வீங்கியும் வேதனையை அதிகமாக்கும். இந்த நோய் முதலில் ஒரு புறத்தில் ஆரம்பித்து குணமான பின், மறுபுறமும் தோன்றும்.

இந்த நோய் வந்தால் கழுத்-தின் இருபுறமும் வீங்கும். தொண்டை வலிக்கும். ஆகாரம் விழுங்க முடியாது. நான்கு நாட்கள் வலியுடன் காய்ச்சலும் இருக்கும். பிறகு தானே சரியாகிவிடும். இந்த நோய் ஒரு வித தொற்று நோயாகும். இது ஒரு வித கிருமியினுல் பரவுகிறது என மேல் நாட்டு விஞ்ஞானம் கூறுகிறது.

நம் நாட்டு மக்கள் இதனை ஒருவித அம்மை நோய் என்றும் மற்றவர்கள் நோயாளியுடன் சேர விடாமலும், நோயாளியை மற்றவர்களிடம் நெருங்கவிடாமலும் வைத்திருப்பர். ஒருவாரம் கழித்து தலைக்கு தண்ணீர் விடுவர். வேப்பிலையையும் மஞ்சளையும் அரைத்து வீங்கிய பகுதிகளில் பூசுவர். திரவ உணவினை கொடுப்பார். இவ்வாறான பழக்கம் இதுவரை நன்மையில் தான் நடந்து வருகிறது.

இந்நோய் வந்தவர்களுக்கு அபாயமான சம்பவம் எதுவும் நேரவில்லை. ஏதாவது 1, 2 நோயாளிகள் சளியாலும், காய்ச்சலாலும் அதிகமாக மரணம் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது மற்றபடி வேறு எந்த தீமையும் கிடையாது.

இந்த நோய் கண்டவர்கள் திரவ உணவுடன் பலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்த நோயினுல் (ORCHITIS) என்று சொல்லும் படியான ஒரு வியாதி ஆண்மையை பாதிக்கும் படியான சூழ்நிலை ஏற்படும்.

பலவகைமஞ்சளின் குணங்கள்

சாதாரணமான மஞ்சள், மர மஞ்சல், கஸ்தூரி மஞ்சள், இம் மூன்றையும் திரிமஞ்சள் என்ற பெயரிட்டு அழைக்கப்படும்.

மஞ்சளில் இரண்டு வகை யுண்டு. கப்பு மஞ்சளென்றும் கறி மஞ்சளென்றும் இரண்டு வகையாகப்பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. சாதாரணமாக இதனுடைய கிழங்குகள்தான் பயன் படுகிறது. இது உடலுக்கும் உஷ்ணத்தையும் (STIMULANT) அகட்டுவாய் அகற்றியாகவும் (CARMINATIVE) உபயோகப்படுகிறது.

இது உடலிலுள்ள புலால் நாற்றத்தையும் பசியையும் தூண்டக் கூடியது, இது ஐந்து வகையான குற்றத்தையும், தலைவலி, தலைபாரம், வீக்கம், வண்டுக்கடி இவைகளைப் போக்கும். உடலுக்கு நல்ல பொன் நிறத்தைக் கொடுக்கக் கூடிய ஆற்றல் உள்ளது.

மஞ்சளை, சிறிது வேப்ப இலையுடன் அரைத்து கலந்து கட்டிகள் மீது கட்ட, எளிதில் பழுத்து உடையும். மஞ்சளை சுட்டு முகர, நீரேற்றம் நீங்கும். பெருகும்,

மஞ்சளுடன் ஆடாதோட இலையை சேர்த்து பசுவி நீரையும் சேர்த்து அரைத் தடவ சொரி, சிரங்குகள் நீங்கு

கண்நோய் உள்ளவர்களுக் மஞ்சள் கலந்த நீரில் நனைத் சிறிய துணியை உபயோகிக் கண் சிகப்பு, கண்வலி, க அருவல் கண்ணில் நீர்கோத்த முதலியன குணமாகும்.

கறிமஞ்சள் உணவில்தா அதிகமாகப் பயன் படுத்தப்ப கின்றது.

மர மஞ்சளில் அதிகமா இதன் பட்டையைத்தான் உ யோகப் படுகிறது. இது குழ -தைகட்கு ஏற்படும் கணநோ உட்சுரம், மூலநோய் முதலிய குணமாகும்.

கஸ்தூரி மஞ்சளின் கிழங் தான் அதிகமாகப் பயன்ப கிறது. இதனுல் பெரும் புண்க கரப்பான். நுண் புழுக்க போகும் ஆண்மையும் அறிவு

குழந்தை மருத்துவம்

வயிறு கழியும், வாந்தி உண்டாகும். மயக்கமாய் திடீரென்று வீறிட்டலறியெழுந்திருக்கும். கண்கள் இரண்டு சோர்ந்து போகும் பற்களை நெறுநெறுவெனக் கடிக்கும். இந்த வியாதிக்கு மஞ்சள், வசம்பு, ஏலம், வேப்பீர்க்கு, ஓமம், குட்டிவிளா இவைகளையெல்லாம் எடுத்து நறுக்கி, கிஷாயம் போட்டு அதில் கோரோசனையை அரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுத்து, இதை-யே மேலுக்கும் பூசி குளிப்பாட்ட குணமாகும்.

பால் போல் கழியும், உடல் காயும். வெளுக்கும். வயிற்றில் இரைச்சல் வலிகாணும். இந்த வியாதிக்கு கற்றழைச் சோற்றில் கடுக்காய் பொடி தூவி பிசைத்துவைக்க நீருறும், அதில் திப்-பிலியை வறுத்துப்பொறித்துத் தூவிக்கொடுக்க குணமாகும்.

வாயில் நீர்வடியும், வாந்தி பண்ணும், இரு விழியும் தாழும் பீளைகட்டும் இந்த வியாதிக்கு கோரோசனை, அதிமதுரம், திப்பிலி, இம் மூன்றையும் முலைப்பாலில் அரைத்து ஒரு சங்கு அளவு கொடுக்க குணமாகும்

நெஞ்சு வரண்டு, கண் குழி விழுந்து வெளுக்கும். குழந்தை பெரு மூச்சுவிடும். பால் உண்ணாது. உடல் வியர்க்கும். இவ்வியாதிக்கு விஷ்ணு கிராந்தியும், சீரகமும் கூட்டி கிஷாயம் போட்டு கொடுக்க குணமாகும்.

உச்சியில் கண்ணில் குழி விழுந்து, குடித்த பால் பச்சை-யாய் வயிறு கழியும். பறவை குரல் போல் குழந்தை சீறி அழும். இளைத்துப் போகும். இவ் வியாதிக்கு ஓர்இதழ் தாமரை, வெந்தயம், விடத்தலை வேர், சுக்குவால், மிளகு, ஓரள-வாய் கிஷாயம் செய்து கொடுக்க குணமாகும்.

உடல் நொந்து சிவக்கும். இளைக்கும். நெஞ்சு உலர்ந்து போகும். கால் பின்னும். கழியும். விழிசொருகி மயங்கும். இந்த வியாதிக்கு கழுதை லத்திச்சாற்-றில், பருத்திவேரை அரைத்து கொடுக்கத்தீரும். பனைவெல்-லத்தை மேற்சடிச் சாற்றில் கலக்கி கொடுக்க குணமாகும்:

உடல் சிலிர்த்து நலியும், நாக்கு வெளுக்கும். நெஞ்சில் சுபம் கட்டும். வயிறு பொறுமிக் கழியும். குழந்தை மயங்கும்! இந்த வியாதிக்கு நொச்சி, பொடுதலை, நுணா, வேலிப் பருத்தி, இவைகளை வகைக்கு ஒருபடி நறுக்கி வெதுப்பிச் சாறு பிழிந்து கொடுக்க குணமாகும்.

குழந்தை முக்கி முக்கி சீதமும் கழியும். உடல் உருகிமெலியும். சுரம் காயும் பின் கால் வீங்கும் இந்த வியாதிக்கு ஓமம், திப்பிலி மிளகு, உள்ளி, ஆமைஓடு, இவைகளை ஓர் நிறைவாய் சீலையில் முடிந்து ஒருபடி நீரில் போட்டு வற்றக்காய்ச்சி அதில் அந்த மருந்தை கரைத்துக் கலக்கி ஒரு சங்களவு மூன்று வேலை கொடுக்க குணமாகும்.

(ஆதாரம்—வயித்திய சார சங்கி-ரகம் என்னும் நூல்)

மனித சரீரத்தின் உண்மைகள்

மனித உடலில் கலைகள் ஏழு, ஆசயங்கள் ஏழு, தாதுக் கள் ஏழு. தாதுமலங்கள் ஏழு, உபதாதுக்கள் ஏழு, சர்மங்கள் ஏழு, தோஷங்கள் மூன்று, ஸ்நாயுக்கள் தொள்ளாயிரம், ஸந்திகள் இரண்டாயிரத்தி பத்து, எலும்புகள் முந்நூறு, மர்மங்கள் நூற்றேழு, சிறைகள் எழுநூறு, தமணிகள் இருபத்தி -நாலு முதலியன.

மம்ஸதரா, இரக்ததரா, மேதோதரா,யக்ருத்அந்த்ரதரா, அக்னிதரா, சுக்ரதரா] என்று கலைகள் ஏழு. ஏழு கலைகளை ஏழு விதமாக பிரித்துள்ளார்கள்,

இரசம், இரத்தம், சதை, கொழுப்பு, எலும்பு, மஜ்ஜை, சுக்கிலம். என்று ஏழு வகை யான தாதுக்கள் உள்ளன.

(1) நாக்கு, கண், தாடையின் உட்பாகம்.இவ்விடத்தில் உண் -டாகும் திரவப்பதார்த்தங்கள் (2 அன்னாரசம் பக்குவமாய் இரத்தமாக மாறும்போது அதற்கு ஏற்படும். ஒருவித வர்ணத்தை உண்டு பண்ணும் பித்தம் (3) காதுகளுக்குள் ஏற் படும் குறும்பி என்னும்படியான அழுக்கு (4) நாக்கு, பற்கள், அக்குள், முதலிய இடங்களில் உண்டாகும் மலங்கள் (5) நேத்திரங்களிலும் நகங்களிலும் சேரும் அழுக்குகள் (6) வாயில் உண்டாகும் ஊத்தை (7) சரிரத் -தில் உண்டாகும் கட்டிகள் முதலியனவகைகள் ஏழு தாதுக் களிலிருந்து உண்டாகும் ஏழு மலங்களாகும்.

(1) ஸ்திரிகளுக்கு அந்தந்த காலத்தில் உண்டாகி, பின்னர் க்ஷிணிக்கும் ஸிதந்யம் (2) மாத விடாய் ஏற்படும் திரவம் (3) வஸை என்னும் மர்ம ஸ்தானத் திலிருந்து உண்டாகும் தைலம் போன்ற பதார்த்தம் (4) வியர் -வை (5) பற்கள் (6) மயிர்கள்

(7) ஓஜஸ் ஆகிய இவைகள் ஏழுதாதுக்களிலிருந்து உண்டாகும் ஏழு உப தாதுக்களாகும்,

மார்புக்கள் சுபாசயமும், அதற்குக்கீழே ஆமாசயமும், நாபிக்கு மேல் சிறிது இடதுபாகத்தில் அக்னியாசமும், அதற்குமேல் பிததாசயத்திற்குக் கீழே வாதசயமும், அதற்குக் கீழே மலாசய்மும், அதற்குக் கீழே முத்ராசயமும், மார்புக்கள் ஜீவாதாரமான இரத்த காயமும் ஆகிய ஏழு விதமான ஆசயங்கள் உள்ளன.

வாத பித்தம், கபம், என்ற மூன்றும் தோஷங்கள் என்றும் தாதுக்கள் என்றும், மலங்கள் என்ற பெயரில்வழங்கப்படுகின்றன தோஷங்ளில் ஒவ்வொன்றும் ஐந்து விதமாகப்பிரிக்கப்பட்டு முதலில் விகாரமடைந்து பிறகு சரீரத்தில் தூஷிக்கபட்டுவதால் தோழவிகள் என்றும், சரீரத்தை எவ்விதத்திலும் தாங்குவதற்கு ஆதாரமாயில்பதால் இதை தாதுக்கள் என்றும் அழைக்கப்படுகின்றது.

ஆதாரம்: சாரங்கதரசம் ஸிதை என்னும் நூல்

முத்துசாமி தீட்சிதர்

அளித்த

மூலரோகத்திற்கு மருந்து

ஜாதிலிங்கத்தில்எடுத்தரசம், சுவர்ண நிமிளைப் பற்பம், காந்த செந்தூரம், அப்பிரக செந்தூரம், ஈயபற்பம், கருவங்கபற்பம், இவைகளையெல்லாம் வகைக்கு 10 விராகனெடை எடுத்து, பாலில் சுத்திசெய்த நெல்லி கெந்தகம் 60 விராகனெடை சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு வகைக்கு ⅟₂சேர் எடுத்து இம்மூன்றையும் கிஷாயம் செய்து மேற்சொன்ன மருந்தை கல்வத்தில் போட்டு, இக்கிஷயத்தை விட்டு, மூன்று ஜாமம் அரைத்துப் பிறகு ஒரு பில்லையாகச் செய்து அந்த பில்லையை ஒரு ஓட்டில்வைத்து, மேலோடு மூடி, ஒரு ஜாணுள்ள பள்ளத்தைத் தோண்டி, அந்த பள்ளத்தில் நாலு விரற்கடை மணல் போட்டு அதன்மேல் ஓட்டை வைத்து, அந்த பள்ளத்தை மணலினால் மூடி, தரைமட்டம் செய்து, இரண்டு ஜான் அகலமும், இரண்டு ஜான் உயரமும் இருக்கும்படியாய் காட்டு முட்டையை அடுக்கிப் புடம்போட்டு ஆறின பின் அந்த மருந்தை எடுத்துக்கொண்டு சுக்கு மிளகு, திப்பிலி வகைக்கு 40 விராகனெடை எடுத்து, இதனுடன் 12 சேர் தண்ணீர் விட்டு, அவைகளை 3 சேர் கிஷாயம், செய்துகொண்டு, அக்கிஷாயத்தைவிட்டு அந்தமருந்தை மெல்லியதாக அரைத்து, மாத்திரை செய்துகொண்டு சாப்பிட வேண்டும்.

இந்த மருந்தின் பிரமாணம் ஒரு குன்றிமணி எடைதான். இந்த மருந்தை மூலரோகம், வயிறுவலி, கடினமான நேத்திர ரோகம், சுவாசம், இருமல், காசநோய், அக்கினிமந்தம், காதுவலி, தலைவலி, பல்வலி, பீனிசம், மார்பு வலி முதலியன குணமாகும்

விந்து கெட்டிப்படுவதற்கு!

ஞைசூயாந்தகரை விதை, நீர்முள்ளி விதை. துளசிவிதை பூனைக்காவி விதை, யானை நெருஞ்சு முள், ஆவின் விதை, சாதிப்பத்திரி இலவங்கம், பருத்தி விதைப்பருப்பு, குரோசணி ஓமம், அதிவிடம், ஏலரசி, உளுந்து மா. யானைத்திபபிலி, அரிசிதிப்பிலி, ஓமம், மேல் தோல் சுக்கு, ஆகியவைகள் விந்துக்கெட்டிப்படும்மருந்தாய் உபயோகப்படுகிறது.

மேற்கண்ட சரக்குகளில் ஒவ்வொன்றிலும் பதினேழரை கிராம் ($17\frac{1}{2}$ கிராம்) எடுத்து, இடிக்க வேண்டியவைகலை, வெய்யிலில் உலர்த்தி இடித்து துணியில் ஜல்லித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பருத்தி விதைப்பருப்பையும், சுரை விதைப்பருப்பையும், நீர் விடாமல் வெண்ணெய் போல் அரைத்து இலவம் பிசினை நெய்யில் வறுத்து பொடித்தும், மேற்படி சூரணத்தில் கலந்து கொள்ளவேண்டும். எல்லாவற்றையும் கல்வத்திலிட்டு நன்ருகக்கலந்து, மசியும் படியாக அரைத்து, வைத்துக் கொன்டு. சாப்பிட வேண்டும்

இதன் மூலமாகவிந்து ஆற்றல் மிகுதிப்படும் நீர்த்துப் போன விந்து கெட்டிப்படும். விந்துக் குறைவினுளுண்டாகும். தாது இழப்பும், விந்து விரைந்து ஒழுவுவது, கனவில் விந்து ஒழுவிவது முதலியன நீங்கி விந்து கெட்டிப்படும்.

காசிரத்னம்!

இது இந்தியாவிலும், அமெரிக்காவிலும் அதிகமாகப் பயிராகின்றது. இது உடலுக்கு குளிர்ச்சியைக் கொடுக்கும். மூலவியாதியை குணமாக்கும். பிரமேகக் கட்டிகளைக் கரைக்கும்.

☎ 426714



சிற்சபை பற்பொடி

பல்நோய், பற்புழு, ரத்தம்,
சீழ்வருதல், பல்ஆட்டம்
நீங்கும்.



மருக்கெண்ணெய்

இளநரையை மாற்றி
மயிர் நீண்டு வளர



பூத்தைலம்

மயிர் நீண்டுவளர
மயிர் உதிர்வதைத் தடுக்க.

தயாரிப்பு: சிற்சபை பார்மஸி, சென்னை. 24.

கிடைக்குமிடம்: சரஸ்வதி மெடிகல்ஸ்
152 ரங்காராஜபுரம், கோடம்பாக்கம், சென்னை. 24
122. சி. ராஜவீதி, காஞ்சிபுரம் 2.

மரத்தின் பிஞ்சு வகைகளின் குணங்கள்

வாழைப்பிஞ்சு:

வாழைப் பிஞ்சானது இரத்தக் கடுப்பையும், உள் ரத்தமூலமும் அதிமூத்திரமும் வயிற்று ரண மும் குணமாகும்.

பலாப்பிஞ்சு:

பாலிலுள்ள பலாப் பிஞ்சால் தாகமும், பித்த நோயும் குண மாகும் சுக்கிலம் விருத்தியாகும்.

அத்திப்பிஞ்சு:

துவர்ப்புடைய அத்திப் பிஞ் சால் மூலவாயுவும் ரத்த மூலமும் வயிற்றுக்கடுப்பும் குணமாகும்.

முருங்கைப் பிஞ்சு:

முருங்கையின் பூப்பிஞ்சை பாகம் செய்து, தோலுடன் உண்டால், அஸ்திசுரம், எலும்பை உருக்குகின்ற வெப் பம், விந்து நஷ்டம் இவைகள் நீங்கும்.

மாம்பிஞ்சு:

வாதாதிமுத்தோடங்கள், அரோ சகம், அக்கினி மந்தம் முதலிய வைகள் குணமாகும்.

நாரத்தங்காய் பிஞ்சு:

சீதளம், அரோசகம், வயிற் றுப் பொருமல் நீங்கும். சுக்கில தாதுவும், தீபாக்கினியும் உண் உணவு மிகுதியாக உட்செல் லும்.

அறிவுக்கு விருந்து!

0 அன்பு இருப்பவனிடம் துன்பம் நெருங்குவதில்லை
0 தாயின் இதயம் என்றும் வாடாத மலராத மலர்
0 பொறுமை என்பது கசப்பு அதன் கனியோ இனிப்பு
0 நீண்டநாட்கள் வாழ விரும்பினால் உன் இதயத்தைதிற
0 மோசக்காரனாக இருப்பதை விட முட்டாளாக இருப்பது மேல்;
0 நீ அமைதியாக வாழவிரும்பினால் சந்தேகப்பேர் வழியாக இராதே!
0 பேராசை முடிகிற இடத்தில் சந்தோஷம் ஆரம்பிக்கும்
0 கோபம் பழி வாங்கும் உணர்ச்சியை மனத்தில் கொடுமை என்ற குழந்தை பிறக்கும்!
0 தனக்கு உதவியதை மறக்காதே!
தான் உதவியதை மறக்காதே!
0 மற்றவர்களுக்கு வாழும் வகையில், ஒருவன் வாழ வேண்டும்.
0 உனதுதினம் சரியாகஇருந்தால்,உனதுபுகழும் சரியாக இருக்கும்.

மாதுளம் பிஞ்சு:

புளிப்பு மாதளம் பிஞ்சால் மலம், சீதம், சலம், ரத்தம் இவைகளினால் உண்டாகின்ற பற்பல அதிசார ரோகங்கள் குணமாகும்.

கத்தரிப் பிஞ்சு:

முகிழ் விரியாத கத்தரிப்பிஞ்சுக்கு, சுரமும், பித்ததோடமும் கபமும் நீங்கும். மலம் இளகி இறங்கும்.

அவரைப் பிஞ்சு:

விதை முதிராத வெள்ளை யவரைப்பிஞ்சால் இராப்போஜனத்திற்கும். மருந்துண்பவர்க்கும், இரணம், சுரம், விழிரோகங்கள் முதலியன குணமாகும்.

✲✲✲✲✲✲✲✲✲✲✲

✲✲✲✲✲✲✲✲✲✲✲

-டுவது வழக்கம். இரு கண்களுக்கு ஒரே சமயம் காண்பதுண்டு. இராத பிளவையும் காணலாம். தெரிந்த நோயாகிய மதுமேகம், சீராண உறுப்புக்களின் விகர்ப்பத்தினல் உணவிலுள்ள மாவு (Starch) மற்றும் சர்க்கரைப் பொருட்கள் உடலுக்குத் தேவையானதாக மாருமல் சிறுநீருடன் வெளியே -றுவதால் ஏற்படுகின்றது எனவும், கல்லீரலில் இயற்கையாகவே சர்க்கரைச்சத்து உண் -டாவதாகும் அது உப்புச் சத்திற்குச்சென்று எரிந்துபோகுமென்று ஒருவேளை சர்க்கரை அதிகரிப்பின் எரிந்ததுப்போக மீதமுள்ளது சிறுநீருடன் வெளியேறுவதால் உண்டாகிறது எனவும் பலவாறு கூறுவா. குருதி, வியர்வை, கண்ணீர், உமிழ்நீர், மலம், சிறுநீர் இவற் -றிலும் சர்க்கரைச்சத்து இருப் -பதால் மதுமேகம் என்னகார -ணத்தால் ஏற்படுகிற தென கூற இயலாது.

பரிசோதனை:-

மதுமூத்திரம் இனிப்பாக, நல்ல மணத்துடன் வெளுத்திருக்கும். குறிப்பாக 24மணிநேரத் -திற்குள் 3 பிண்ட் (3Pint) ஹிர் இறங்கும் கனமாகவும் இருக்கும். (Specttiegravity) (1030-1050) இதன் பின்வரும்

சுவாமி
வேதாத்திரி மகரிஷியின்
காயகல்பப் பயிற்சி
சித்தர்கள் கண்டுபிடித்த
பயிற்சி
நீண்ட நாட்கள் நோயின்றி
வாழவைக்கும் பயிற்சி

அதிக இரத்த அழுத்தம், நீரிழிவு நோய், மூலநோய், பீனிசம், மலட்டுத் தன்மை, நரம்புத் தளர்ச்சி, ஆண்மை இழப்பு முதலிய வியாதிகளைக் குணப்படுத்தும் அற்புதமான பயிற்சி நடத்துபவர்:

உயர்திரு. பேராசிரியர்.
லோகநாதன் அவர்கள்
(Chief. Engineer P.W.D.Depr)
இடம்: ரங்கராஜபுரம்
மனவளக்கலை மன்றம்,
152, ரங்கராஜபுரம் ரோட்,
கோடம்பாக்கம், சென்னை 24.
காலம்: 10—4—93 சனிக்கிழமை
மாலை 3மணிமுதல் 6மணி வரை
(கட்டணம் வழக்கப்போல)

தலைமைமன்றம்
நடத்தும்
காயகல்பப் பயிற்சி
நடத்துபவர்:
திரு. டாக்டர்.
சி. அம்பிகாபதி
(ஆசிரியர் சித்த மருத்துவம்)
இடம்: தலைமை மன்றம்
உலக சமுதாய சேவா சங்கம்
வால்மீகி நகர்,
திருவான்மியூர்
காலம்: 4—4—93 அன்று
காலை 9 மணி முதல்
பகல் 12 மணி வரை
கட்டணம் வழக்கம்போல்

****

சென்னை
டாக்டர் **சிற்சபைமருத்துவமனை**
அகத்தியர் தியான மண்டபத்தில்
1993 ஏப்ரல் மாத நிகழ்ச்சிகள்

o பிரதி செவ்வாய்க்கிழமை
மனவளக்கலைமன்றத்தின்
சார்பாக
மாலை 6-40 மணிக்கு
தீட்சை அளித்தல்
தவ விளக்கம் முதலியன

o பிரதி வியாழக்கிழமை
மாலை 6-40 மணிக்கு
கூட்டுத்தவம்
சித்த மருத்துவம்
குறள் வகுப்பு
திருமந்திரம் வகுப்பு
அகத்தாய்வு முதலியன

o பிரதி சனிக்கிழமை
6-00 மணி முதல்
8-00 மணி வரை
உடற்பயிற்சி
பிறதவங்கள்
மெய்ஞான - விஞ்ஞான
சிறப்புச் சொற்பொழிவுகள்

o ஒவ்வொரு மாதமும் 3-வது
ஞாயிற்றுக்கிழமையன்று
காலை 9-00 மணி முதல்
பகல் 1-00 மணி வரை
மௌன விரத நிகழ்ச்சிகள்

10 — 4 — 93 அன்று
மாலை 3-00 மணி முதல்
7-00 வரை காயகல்பப்
பயிற்சி நடைபெறும்.
11—4—96 அன்று காலை
9.00 மணி முதல் 12 மணி
அக்குபிரஷர் பயிற்சி
இடம்: 152, ரங்கராஜபுரம் சாலை,
கோடம்பாக்கம் - சென்னை-24.
போன்: 428098

****

நதிகளின் தன்மைகள்

தாமிரபரணி நதியில் நீராடினால் கபம் நம்மிடம்வராது
யமுனை நதியில் நீரடினால் உஷ்ணத்தினால் ஏற்படும் இருமல் குணமாகும்
துங்கப்பத்திர நதியில் நீராடினால் இரவில் ஏற்படும் இருமல் குணமாகும்
காவிரியைக் கண்டால் காதம் ஓடுமே கபம்!

முறைகளில் பரிசீலனை செய்து அறியலாம். (1) சோதனை குழலில் (Test tube) சிறிது சிறு நீரை விட்டு அதற்கு பாதியளவு லைகர்பொட்டால் (Liquor Polasse) என்ற மருந்தை விட்டு மெதுவாகக்காய்ச்சி நீரில் சர்க்-கரை யிருப்பின் அதிகமாகவும் இல்லாவிடில் இலேசாகவும் கருத்துவிடும். (2) சோதனைக் குழலில் சிறுநீரை விட்டு அதில் ஓரிரு துளி துருகதிர் விட்டால் சிறுநீர் சிறிது நீலநிறமாகும். அதில் சிறுநீருக்குச் சரிபாதி லைகர் பொட்டாஸ் விட்டால் வெளுத்தநீலவண்டல்ஏற்பட்டு சர்க்கரை இருப்பின் உடன் கரைந்து சிறுநீர் அதிக நீல நிறமாகிவிடும். பின் நீரைக் காய்ச்சினால் சர்க்கரை இருப்-பின் மஞ்சளும் கருப்பும் கலந்த வண்டல் அடியில் டடியும். அன்றில் வண்டல் கருப் இருக்கும். 3) சோதனைக்குரிய சிறுநீரில் புளித்த கள்ளை புரை குத்தி, அதனை ஒரு பொனல் குழல் நிறைய விட்டு, அந்தக் குழலைமற்றசிறுநீரில் கவிழ்த்து குழலில் காற்று இல்லாமல் செய்து வெப்பமான இடத்தில் அசையாமல் வைத்துவிட்டால் சர்க்கரையிருப்பின் புளித்து, "கார்பாலிக் ஆசிட்" என்ற வாயுதோன்றிநுரையுண்டாகும். அந்த வாயு குழலுக்கு மேலே நிற்கும். சர்க்கரையில்லாவிடில் நுரையுண்டாகாது மேற்கூறிய வைகள் ஆங்கில மருத்துவ முறைகளாகும். தமிழ் மருத்துவத்தில் சிறுநீரில் நெய் விட்டும் காய்ச்சி சர்க்கரை எடுத்தும் ஈ எறும்புகளை நுகர விட்டும், பார்ப்பது வழக்கம்.

சிகிச்சை:

அதி மூத்திர நோயினர் நீரையும் நீரையும், நீரைப் பெருக்கக்கூடிய பொருட்களையும்

குறைக்கவேண்டும். அபினி, கந்தகச் சக்தி திராவகம் இவற்றைக் கொடுக்கலாம். வெந்நீர், குளியலால் இதம் கிட்டும். வியர்வையைப் பெருக்கவேண்டும். சததுள்ள உணவுகள் தேவை ஆவரம் பூவின் குடிநீரையோ, அல்லது ஒரு விராகன் ஆவரம் விதைத்தூளுடன் சமனளவு விளாம்பிசின் தூள் கூட்டி நெய்யில் கலந்தோ கொடுக்கலாம். மேலும் ஆவரை இலைச் சூரணத்துடன் சீந்தில் சர்க்கரையை, வங்க பற்பம் இவற்றைச் சேர்த்தே கடுக்காய் குடிநீரையே கொடுத்து வரலாம் பறவை இனம், மீன், முட்டை, மாமிசம் இவற்றை அதிகம் சேர்க்கலாம். முள்ளங்கி, கோசுக்கீரை, சேர்க்கலாம் ரொட்டியை வெதுப்பிச் சாப்பிடலாம். உருளைக்கிழங்கு கூடாது. அரிசிச் சாதத்தைக் குறைத்தால் நலம். தாகம் அடங்க இறைச்சிச் சாறும் நீர் கலந்த பிராந்தியும் அருந்தலாம். இந்நோய்க்கு உட்கொடுக்க அபின் சிறந்ததாகும். அயத்திராவதமும் கொடுக்கலாம். சீனக்காரம் கொடுத்தால் நீரை வறட்சியுறச் செய்யும். வங்கபற்பம், அப்பிரகம் சீந்தில் சர்க்கரை ஆவாரம்பூ தேற்றான்கொட்டை லேகியம் முதலியவற்றையும் கொடுத்து வரலாம்.

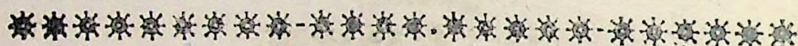
அபிரகம், தங்கம், வெள்ளி லிங்கம், கல்நார், பவளம், வங்கம், இவற்றின் பற்பங்களை ஆவரை நெய் அல்லது சூரணத்துடன் நோயாளியின் உடல்நிலை நோயாளியின் தன்மை இவற்றை அனுசரித்து



தூங்குவது எப்படி?

தன்வீட்டில் - கிழக்குப்பக்கம் தலைவைத்துபடுக்கவேண்டும்
அயலூரில் - மேற்குப்பக்கம் தலைவைத்துபடுக்கவேண்டும்
மாமனார் வீட்டில்- தெற்குப்பக்கம் தலைவைத்துபடுக்கவேண்டும்

வடக்குப்பக்கம் மட்டும் தலைவைத்துப் படுக்கக்கூடாது.



கொடுக்க குணம் கிட்டும். காபி டீ, அதிக மது, சர்க்கரை முதலியவற்றை நீக்க வேண்டும். அருகன்வேர்க்குடிநீரை தினம் மூன்று நான்கு வேளை சாப்பிட தீராத தாகம் தணியும். ஒருபடி நீரில் இரண்டு ரூபாஎடை, மரமஞ்சள் கட்டையின் பட்டையைச் சிதைத்துப்போட்டு, பாதியளவாகக் காய்ச்சி வறுத்து உடன் ஒருகரண்டி தேன்கூட்டி தினம் மூன்று நான்கு முறை சாப்பிடுவதாலும் தாகம் தணியும்.

இரவில் வெந்நீரில் குளிப்பதால் வியர்வை உண்டாகி நல்ல தூக்கம் வரும். தேனும் சேர்த்துக்கொள்வதால் எளிதில் சீரணமடையும் மஞ்சள் சிற்றாமுட்டி, விலாமிச்சைவேர் இவற்றின் கியாழத்தை நல்லெண்ணெயில் விட்டு எதில் அமுக்கரா, தேவதாரு, காட்டுமிளகு, கோட்டம், சோரைக்கிழங்கு, கடுகுரோகினி, சதகுப்பை அதிமதுரம் இவற்றைச் சிதைத்துச்

இதன் தொடர்ச்சி அடுத்த இதழில்



மறைபொருள் மூலிகைகள்

விசுவாசி	—	வேங்கை
விக்கிலம்	—	மலைதாங்கி
உத்தாமணி	—	வேலிப்பருத்தி
இளம்பெண்	—	கற்றாழை
சவுரிநாயமா்	—	கையாந்தகரை
முல்வல்லி	—	வெற்றிலை
முக்கண்ணன்	—	தேங்காய்



அதிக அளவு 'ஆன்டிபயாடிக்ஸ்' (Antibiotics) குழந்தைகட்கு கொடுப்பதால் அவைகளின் குடலின் செவ்வுகள் மிகவும் பாதிக்கப்படுகிறது இதைத் தடுப்பதற்காக ரஷியாவில் பீட்ரூட், கேப்பேஜ், கேரட் போன்ற காய்களிலிருந்து தயாரித்த (Biolakt) என்ற பால்பவுடர் விற்பனைக்கு வந்துள்ளது.

அதிக மன உளைச்சலின் போது நம் இருதயம் இரைப்பை, இரத்தக் குழாய்கள் எல்லாம் மிகவும் பாதிக்கப் படுகிறது இதைத் தவிர்க்க ரஷிய விஞ்ஞானிகள் புதிய புரோட்டின் கலந்த ஒரு மருந்தைக் கண்டு பிடித்துள்ளனர் இதனால் எந்த உறுப்பும் பாதிக்கப்படுவதில்லையாம்!

உலகைச் சுற்றும் மருத்துவர்

இன்றைய தினம் 'பதின் மூன்று மில்லியன் மக்கள் எயிட்ஸ் (Aids) நோயால் உலகில் துன்புறுகின்றனர். பதினெட்டு செகண்டுக்கு, ஒருவர் வீதம் பாதிக்கப் படுறகிறார்கள் என்று உலக சுகாதார நிறுவனம் கூறுகின்றது.

ஒரு லிட்டர் தண்ணீரை ஒரு செப்பு பாத்திரத்தில் இரவெல்லாம் வைத்திருந்து அடுத்தநாள் காலையில் அதில் பாதியை குடித்தாலும், வெங்காயம், முள்ளங்கி, காலிபிளவர், வெள்ளரிக்காய், தக்காளி, இவைகளை தினந்தோறும் சாப்பிடுவதினாலும் மலச்சிக்கலை எளிய முறையில் போக்கிக் கொள்ளலாமென்று வெளிநாட்டில் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

நுரையீரல் சம்பந்தமான வியாதிகட்கு அதிக அளவு ஆன்டிபயாடிக்ஸ் சாப்பிட்டு உடலை கெடுத்துக் கொள்கின்றோம். இதைத் தவிர்க்க ரஷியாவில் புதிய மின்சார சாதனம் கண்டு பிடித்துள்ளனர். அடி வயிற்று பகுதியின் மீது மின்சார அதிர்வுகளைச் செலுத்தி குணமாக்குகின்றனர்.

இந்திய நாட்டு மருத்துவர்களும், அமெரிக்க நாட்டு மருத்துவர்களிடமும் இன்றையத் தினம் 'குளுகோமா' என்ற கண் வியாதிககு புதிய சாதனத்தைக் கண்டுபிடித்துள்ளனர். இந்த (Agvtm Glancome Value) [illegible] ஒருடாவதையும், கண்ணின் அழுத்தம் அதிகம் ஆகாமலும் தடுக்கிறது. இந்த நூற்றாண்டின் பெரும் சாதனையாகும்!

நிறுவனர்: அமரர் டாக்டர். ப. சிற்சபை, கௌரவ ஆசிரியர்: டாக்டர். சி.அம்பிகாபதி, உதவி ஆசிரியர், வெளியிடுபவர்: டாக்டர். சி. தங்கதுரை, 122-C, இராஜ வீதி, காஞ்சிபுரம்-2. (போன்-2981) அச்சிடுவோர்: P.T. M. பிரஸ், 73-B, வள்ளல் பச்சையப்பன் தெரு, காஞ்சிபுரம்-631501.